

Artículo de revisión

Análisis bibliométrico sobre estrategias para reducir el riesgo de Burnout entre enfermeras

Bibliometric Analysis about Strategies for Reducing the Risk of Burnout among Nurses

Delana Galdino de Oliveira^{1*} <https://orcid.org/0000-0001-8082-3418>

Augusto da Cunha Reis² <https://orcid.org/0000-0002-3200-8096>

Isabela de Melo Franco³ <https://orcid.org/0000-0002-9403-4468>

¹Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ). Brasil.

²Centro Federal de Educação Tecnológica Celso Suckow da Fonseca (CEFET/RJ). Brasil.

³Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro (UFRRJ). Brasil.

*Autor para la correspondencia: delana@facc.ufrj.br

RESUMEN

Introducción: El síndrome de Burnout gana atención de investigadores y profesionales, en particular en el área de la salud, por las consecuencias e implicaciones que puede generar en los profesionales afectados por la enfermedad, lo que puede comprometer la seguridad del paciente y la calidad del servicio ofrecido.

Objetivo: Caracterizar la producción científica sobre estrategias e intervenciones para reducir el riesgo del síndrome de Burnout entre los profesionales de enfermería.

Métodos: Análisis bibliométrico de las publicaciones hasta el 2021 en las bases de datos PubMed, Scopus y Web of Science. Los análisis se desarrollaron con el apoyo del *bibliometrix R-package*. El estudio recuperó 70 publicaciones.

Conclusiones: El análisis de los trabajos más citados reveló estrategias psicoeducativas, psicosociales y de yoga para el autocuidado. Entre los temas de tendencia de investigación, el más destacado fue el término *Mindfulness*, lo que muestra un aumento en las

investigaciones que aplicaron esta intervención para reducir el Burnout. El número de estudios producidos es incipiente. Sin embargo, con la inclusión del Burnout en la Clasificación Internacional de Enfermedades, se espera un aumento de las publicaciones y del interés de las organizaciones en implementar estrategias para promover la salud y el bienestar entre los profesionales.

Palabras clave: agotamiento profesional; grupo de enfermería; estrategias de salud; promoción de la salud; bibliometría.

ABSTRACT

Introduction: Burnout syndrome gains attention from researchers and professionals, particularly in the health area, due to the consequences and implications that it can lead to in professionals affected by the disease, which can compromise patient safety and the quality of offered care.

Objective: To characterize the scientific production about strategies and interventions for reducing the risk of Burnout syndrome among nursing professionals.

Methods: A bibliometric analysis was performed of publications until 2021 in the PubMed, Scopus and Web of Science databases. The analyzes were developed with the support of the bibliometrix R-package. The study recovered 70 publications.

Conclusions: The analysis of the most cited works revealed psychoeducational, psychosocial and yoga strategies for self-care. Among the research trend topics, the most prominent was the term *mindfulness*, a fact showing an increase in research that applied this intervention to reduce burnout. The number of studies produced is incipient. However, with the inclusion of burnout within the International Classification of Diseases, an increase is expected in the number of publications, as well as in the interest of organizations in implementing strategies to promote health and well-being among professionals.

Keywords: professional burnout; nursing group; health strategies; health promotion; biometrics.

Recibido: 30/08/2022

Aprobado: 11/05/2023

Introducción

El término Burnout, descrito por Herbert Freudenberger en la década de 1970, se refiere a un síndrome psicológico resultante de una respuesta tardía a los factores estresantes presentes en el entorno laboral. El síndrome de Burnout (SB) puede caracterizarse por agotamiento emocional, despersonalización y falta de realización.⁽¹⁾

En el área de la salud, los profesionales de enfermería se destacan por hacer parte de una de las profesiones más estresantes que existe, debido a las diferentes circunstancias de la práctica ocupacional, que pueden ocasionar desgaste físico y emocional.⁽²⁾ Las enfermeras, en virtud de sus responsabilidades junto a la alta demanda de trabajo, tienen mayor riesgo de desencadenar SB en comparación con otras profesiones.⁽³⁾

El SB se considera una enfermedad multicausal.⁽²⁾ Algunos estudios indican que las posibles causas de desencadenamiento del SB son: carga de trabajo excesiva;⁽⁴⁾ insatisfacción profesional;⁽⁵⁾ escasez de recursos humanos y materiales,⁽⁶⁾ entre otras. Los profesionales afectados con SB generan mayores costos de mantenimiento del servicio de salud, debido a alejamientos, absentismo y rotación.⁽⁷⁾

La exposición prolongada a situaciones estresantes puede impactar la salud mental, física y emocional, además de perjudicar de forma significativa la prestación de servicios ofrecidos por los profesionales que actúan en el área de enfermería,⁽⁸⁾ lo que puede aumentar la probabilidad de cometer errores⁽⁹⁾ y configurarse como una amenaza para la calidad de atención⁽¹⁰⁾ y, sobre todo, para la seguridad del paciente.⁽¹¹⁾ Por eso, la Organización Mundial de la Salud (OMS) destaca la importancia de desarrollar iniciativas que promuevan la mejora del ambiente de trabajo, haciéndolo más saludable.⁽¹²⁾

El SB fue incluido en la undécima revisión de la Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-11), considerado un problema relacionado con el empleo o el desempleo, resultante del estrés crónico en el ambiente laboral no manejado con éxito.⁽¹³⁾ Esta inclusión en la CIE-11 puede ayudar a aumentar el número de investigaciones y publicaciones sobre el tema. Además, puede estimular el interés de las organizaciones de salud en implementar intervenciones que puedan reducir el riesgo de que los profesionales desencadenen el SB.

En ese sentido, el objetivo de este estudio fue caracterizar la producción científica sobre estrategias e intervenciones para reducir el riesgo del síndrome de Burnout entre enfermeras.

Métodos

Se realizó un análisis bibliométrico que exploró información en estudios científicos a través de enfoques cuantitativos. Este análisis se basa en la caracterización de la producción bibliográfica de un documento, tales como: autores, citas y revistas, para obtener una visión general de un campo científico, redes sociales y temas relevantes.⁽¹⁴⁾

Las bases de datos seleccionadas para la investigación fueron PubMed, Scopus y Web of Science. La elección de las bases de datos se debió a la cantidad de revistas indexadas y a la amplia cobertura de publicaciones relacionadas al tema.

Las búsquedas se realizaron en febrero de 2022, con el uso de términos en inglés combinados a través de operadores booleanos. La investigación se realizó en el campo Título para minimizar el riesgo de obtener resultados falsos positivos.⁽¹⁵⁾ En las tres bases de datos, la estrategia de búsqueda para recuperar publicaciones sobre el tema fue la siguiente: (“burnout” OR “burn-out” OR “burnout syndrome”) AND (“nurse” OR “nursing” OR “nurses”) AND (“prevention” OR “intervention” OR “promotion health” OR “strateg*” OR “coping”). Las comillas se utilizaron para especificar los términos de búsqueda. El asterisco se utilizó para obtener términos similares.

Criterios de inclusión: Tipo de documentos (artículos de investigación y artículos de revisión); documentos en inglés; intervenciones e iniciativas enfocadas en reducir el riesgo del síndrome de Burnout entre los profesionales de enfermería y publicaciones hasta 2021. Se excluyeron las publicaciones que no cumplieran con los criterios de inclusión y las publicaciones duplicadas.

La recuperación de los artículos fue realizada por dos investigadores, con el fin de evitar sesgos en la selección de los artículos a evaluar. Se realizaron reuniones entre los investigadores para discutir y acordar informaciones sobre la inclusión o exclusión de estudios. En el caso de discrepancias que no pudieron ser resueltas por consenso, se convocó a un tercer investigador para mejorar la toma de decisiones.

En el proceso de elegibilidad se identificaron un total de 311 artículos (121 en Scopus, 96 en Web of Science y 94 en PubMed). Tras la eliminación de los artículos duplicados e inserción de filtros según los criterios de inclusión, se recuperaron 102 artículos (86 en Scopus, 13 en Web of Science y 3 en PubMed). Se desarrolló un análisis preliminar de los estudios a partir de la lectura de títulos y resúmenes, lo que dejó excluidos 32 documentos por falta de relación con el tema de investigación o texto no disponible. Al final de las etapas, esta revisión bibliométrica incluyó 70 artículos.

Los datos bibliográficos completos se exportaron en formato de archivo BibTeX y los análisis fueron realizados con el apoyo del *bibliometrix R-package*. Este paquete proporciona un conjunto de herramientas que permiten generar análisis descriptivos, gráficos estadísticos y mapeo científico.⁽¹⁴⁾ Esta investigación seleccionó los siguientes indicadores científicos a nivel mundial para el análisis de documentos: producción científica anual; las 10 revistas más relevantes; las 20 publicaciones más citadas (en las bases de datos seleccionadas) de forma local (en la muestra seleccionada) y países más citados.

Desarrollo

Esta investigación incluyó 70 documentos que fueron publicados en 58 revistas científicas y presentaron un total de 2249 referencias. El promedio de citas por documento fue de 24,06, en el período de 1986 a 2021 y un total de 247 autores escribieron estas publicaciones. La figura muestra el número de artículos publicados por año desde la primera publicación en 1986 a 2021. Los tipos de documentos más recurrentes en las bases de datos fueron los artículos originales ($n = 64$; 91,43 %) seguidos de los artículos de revisión ($n = 6$; 8,57 %). Ha habido un aumento en el interés por la investigación sobre el tema, en particular, en los últimos 3 años, con 8 artículos publicados en 2019, 14 artículos publicados en 2020 y 10 artículos publicados en 2021. En el período analizado, la mayor producción científica ocurrió en 2020, con 14 estudios.

El número de documentos por año se mantuvo por debajo de 3 publicaciones hasta 2018, a excepción de 2010, que tuvo 4 publicaciones y 2015, con 7 publicaciones. A partir de 2019, hubo un aumento en el número de publicaciones. En el 2020, el número de publicaciones fue casi el doble en comparación con el 2019, y casi se cuadruplicó en comparación con el

2010. El primer artículo de revisión fue publicado en 1988 y el año 2019 recibió el mayor número de revisiones (n = 2).

Aunque a nivel mundial existe un aumento significativo en la prevalencia del SB y un aumento en la estimación de su incidencia, la producción científica para evaluar los efectos de intervenciones capaces de prevenir o tratar el Burnout aún es incipiente.⁽¹⁶⁾

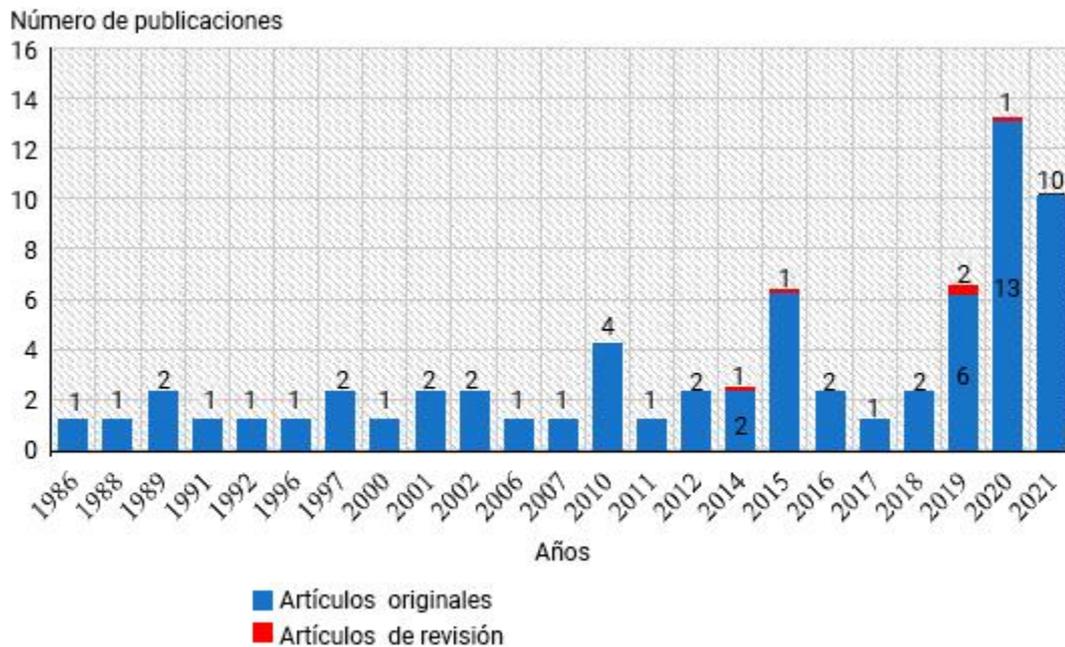


Fig. - Producción científica anual de 1986 a 2021. Rio de Janeiro, Brasil, 2022.

Los 58 periódicos cubrieron los artículos recuperados en las bases de datos. La tabla 1 muestra las 10 revistas científicas más relevantes, esto es, las que más contribuyeron con documentos publicados. Estas revistas científicas produjeron 32 documentos, lo que representa un 45,71 % del total de publicaciones hasta 2021. Las tres fuentes más productivas fueron las siguientes revistas científicas del área de enfermería: “International Journal of Nursing Studies”, “Journal of Advanced Nursing” y “Nursing Open”. Estas fuentes publicaron 3 artículos cada una en el período de 1986 a 2021.

Tabla 1 - Las 10 revistas científicas más relevantes

Revistas científicas	Artículos
<i>International Journal of Nursing Studies</i>	3

<i>Journal of Advanced Nursing</i>	3
<i>Nursing Open</i>	3
<i>Applied Nursing Research</i>	2
<i>International Journal of Environmental Research and Public Health</i>	2
<i>Journal of Nursing Management</i>	2
<i>Nurse Leader</i>	2
<i>Social Work in Health Care</i>	2
<i>Workplace Health and Safety</i>	2
<i>Aacn Advanced Critical Care</i>	1

La tabla 2 presenta las 20 publicaciones más citadas en las bases de datos (citación global). La citación global se refiere al número total de citas que recibe un artículo en la base de datos. Por otro lado, la citación local mide el número total de citas que recibe un artículo a partir de los datos incluidos en la investigación (muestra). El ranking se obtuvo a partir de citas globales. Los tres artículos más citados a nivel mundial recibieron 182, 101 y 100 citas, de forma respectiva.

Tabla 2 - Las 20 publicaciones más citadas en las bases de datos

Ranking	Título	Año	Citación local (CL)	Citación global (CG)	CL/CG (%)
1	<i>Occupational stressors and coping as determinants of burnout in female hospice nurses⁽¹⁷⁾</i>	2001	2	182	1,10
2	<i>Burnout, Social Support, and Coping at Work Among Social Workers, Psychologists, and Nurses⁽¹⁸⁾</i>	2007	0	101	0,00
3	<i>Self-care strategies for nurses: A psycho-educational intervention for stress reduction and the prevention of burnout⁽¹⁹⁾</i>	2010	2	100	2,00
4	<i>The Effects of Authentic Leadership, Six Areas of Worklife, and Occupational Coping Self-Efficacy on New Graduate Nurses' Burnout and Mental Health: A Cross-sectional Study⁽²⁰⁾</i>	2015	0	97	0,00

5	<i>Does training in psychosocial interventions reduce burnout rates in forensic nurses?</i> ⁽²¹⁾	2002	1	96	1,04
6	<i>Effectiveness of a mindfulness-based intervention on oncology nurses' burnout and compassion fatigue symptoms: A non-randomized study</i> ⁽²²⁾	2016	2	84	2,38
7	<i>Burnout and coping strategies among hospital staff nurses</i> ⁽²³⁾	1989	3	83	3,61
8	<i>Burnout intervention studies for inpatient elderly care nursing staff: Systematic literature review</i> ⁽²⁴⁾	2014	1	69	1,45
9	<i>Yoga for Self-Care and Burnout Prevention Among Nurses</i> ⁽²⁵⁾	2015	3	55	5,45
10	<i>Hardiness, Coping, and Burnout in the Nursing Workplace</i> ⁽²⁶⁾	1997	0	49	0,00
11	<i>Optimism and proactive coping in relation to burnout among nurses</i> ⁽²⁷⁾	2015	1	47	2,13
12	<i>Occupational Stress Management and Burnout Interventions in Nursing and Their Implications for Healthy Work Environments: A Literature Review</i> ⁽²⁸⁾	2015	0	47	0,00
13	<i>Work-related stress and occupational burnout in AIDS caregivers: Test of a coping model with nurses providing AIDS care</i> ⁽²⁹⁾	2000	0	47	0,00
14	<i>Occupational stressors, burnout and coping strategies between hospital and community psychiatric nurses in a Dublin region</i> ⁽³⁰⁾	2015	1	46	2,17
15	<i>A Meta-Analysis of the Effects of Coping Strategies on Reducing Nurse Burnout</i> ⁽³¹⁾	2016	5	41	12,20
16	<i>Nursing Burnout Interventions: What Is Being Done?</i> ⁽³²⁾	2014	1	41	2,44
17	<i>An RCT of coping and support groups to reduce burnout among nurses</i> ⁽³³⁾	2010	5	39	12,82
18	<i>Stress, Burnout, and Coping Strategies of Frontline Nurses During the COVID-19 Epidemic in Wuhan and Shanghai, China</i> ⁽³⁴⁾	2020	0	36	0,00

19	<i>Stress, coping and burnout among Intensive Care Unit nursing staff: associated factors⁽³⁵⁾</i>	2015	2	34	5,88
20	<i>Occupational burnout, tolerance for stress, and coping among nurses in rehabilitation units⁽³⁶⁾</i>	1996	0	25	0,00

La tabla 3 muestra los 20 países más citados que han contribuido para el desarrollo de la investigación sobre el tema. Los tres países más citados fueron los Estados Unidos de América (n = 397 citaciones), Reino Unido (n = 278 citaciones) y China (n = 165 citaciones). El número de citaciones en los Estados Unidos de América fue más del doble del número de citaciones en China.

Tabla 3 - Los 20 países más citados

Países	Número de citaciones
USA	397
United Kingdom	278
China	165
Canada	157
Israel	101
Portugal	84
Germany	69
Spain	48
Ireland	46
Turkey	39
Brazil	34
Iran	22
Korea	17
Norway	17
Netherlands	11
Nigeria	10
Poland	8
Australia	2
Ghana	1
Japan	1

China aparece como palabra clave recurrente en 2020 para señalar el país estudiado. La OMS, en marzo de 2020, declaró la pandemia de COVID-19,⁽³⁷⁾ lo que pudo haber influido en los estudios producidos, ya que los profesionales de la salud trabajaron con pacientes afectados por la enfermedad. Ante la situación de emergencia por la pandemia, algunos profesionales de la salud desencadenaron agotamiento, fatiga⁽³⁸⁾ y sufrimiento psíquico.^(39,40) Sin embargo, el desconocimiento sobre los impactos de la pandemia en la salud mental de las enfermeras se presenta como una brecha de investigación.⁽⁴¹⁾

Discusión

Las investigaciones realizadas se han desarrollado a nivel global, lo que indica el interés por aplicar estrategias que puedan prevenir o reducir el agotamiento ocupacional, dado el impacto que el SB puede generar en la seguridad del paciente y en la actuación de los profesionales de enfermería.

En 2020, hubo un aumento del 75 % en el número de publicaciones en comparación con 2019. Se estudió el Burnout en enfermeras en China, lo que representa un 21,43 % de los estudios publicados en 2020. Uno de los estudios abordó estrategias efectivas de apoyo moral percibidas para reducir el estrés y el Burnout entre enfermeras que trabajaran en la primera línea de atención para pacientes con COVID-19 en Wuhan y Shanghái.⁽³⁴⁾

Entre los 20 artículos más citados analizados, fue posible identificar que las enfermeras experimentan niveles considerables de estrés en el ambiente de trabajo. Los estresores más reportados estaban relacionados con las familias. Además, las enfermeras más jóvenes que trabajaban en turnos más largos tendían a desencadenar niveles más altos de Burnout.⁽³⁴⁾ Los profesionales percibieron los estresores en el trabajo como un desafío,⁽³⁵⁾ y la carga de trabajo se correlacionó de manera positiva al Burnout.⁽²⁹⁾

Las intervenciones orientadas a individuos redujeron el Burnout a corto plazo (hasta 1 mes). Por otro lado, las intervenciones orientadas al trabajo y enfoques combinados (orientados a individuos y al trabajo) fueron capaces de reducir el SB a largo plazo (de 1 mes a más de 1 año).⁽²⁴⁾

Las intervenciones psicoeducativas se presentan como iniciativas prometedoras de autocuidado, así como la práctica con técnicas de relajación y la exploración de patrones de afrontamiento a través del arte. Esta intervención redujo el agotamiento emocional de los participantes del 38 % al 26 %.⁽¹⁹⁾

Capacitaciones a partir de intervenciones psicosociales resultaran en reducciones importantes en los niveles de agotamiento y mejoras en el conocimiento y las actitudes hacia los pacientes que sufren de enfermedades mentales graves. Sin embargo, puede ser un desafío involucrar a enfermeras más experimentadas en la formación de nuevos comportamientos de autocuidado.⁽²¹⁾

Se aplicó el yoga como entrenamiento para el autocuidado. En comparación con el grupo de control, los participantes que recibieron el entrenamiento de yoga informaron un autocuidado mucho mayor, así como menos agotamiento emocional y despersonalización después de completar la intervención que duró 8 semanas.⁽²⁵⁾

Otros hallazgos sugieren que los líderes auténticos pueden desempeñar un papel importante en el fortalecimiento de la confianza de nuevas enfermeras y su capacidad para hacer frente a las diferentes demandas relacionadas a su trabajo, protegiéndolos de desencadenar el agotamiento ocupacional. Las capacitaciones para desarrollar auténticas habilidades de liderazgo en los supervisores pueden promover la adaptación del individuo-trabajo, lo que mejora el bienestar de nuevas enfermeras y su autoeficacia ocupacional.⁽²⁰⁾

Un estudio señaló iniciativas para cada una de las dimensiones del SB.⁽⁴³⁾ Para el agotamiento emocional, es necesario reducir la carga de trabajo a través de intervalos y promover el autocuidado, lo que puede ser realizado mediante ejercicios de atención plena. Ya en la dimensión de despersonalización, es necesario dar respuestas al estrés traumático cuando un paciente fallece, por ejemplo. Además, es importante establecer conexiones auténticas a través del apoyo entre pares, lo que puede ser realizado tanto en línea como en persona. Por último, es pertinente estimular y desarrollar una cultura de gratitud y reconocimiento, con el fin de involucrar a las enfermeras al área gerencial.

Algunas variables contribuyeron de manera positiva para la confrontación del estrés y la prevención del Burnout, tales como: “horas reales de sueño”, “tener pareja” y “gusto de trabajar”.⁽³⁵⁾ La confianza en la capacidad para hacer frente a los problemas y la tolerancia

percibida fueron muy predictivas de puntuaciones más bajas de Burnout, de forma independiente del tiempo dedicado al trabajo.⁽³⁶⁾

Entre los países más citados, Estados Unidos puede aparecer debido al desarrollo de investigaciones en virtud de los costos estimados de US\$ 4,6 billones anuales relacionados a la rotación y reducción de horas clínicas por agotamiento médico.^(44,45) En el Reino Unido, se espera una escasez de 100 000 profesionales de enfermería para 2028/2029.⁽⁴⁶⁾ En este sentido, es fundamental establecer estrategias para retener a los colaboradores, a fin de aumentar su compromiso y satisfacción laboral como una forma de garantizar que la atención prestada al paciente no se interrumpa y tenga alta calidad.⁽⁴⁷⁾

En las tendencias de investigación, uno de los términos más frecuentes en 2020 fue China, que aparece debido a la pandemia de COVID-19, lo que muestra una preocupación entre los investigadores, porque se estima que el SB afecta a más del 60 % de las enfermeras.⁽⁴³⁾

El *Mindfulness* fue la estrategia que se destacó entre las tendencias de estudios. Se ha demostrado que las intervenciones basadas en esta estrategia tienen un potencial para reducir el estrés, mejorar todas las dimensiones del SB y aumentar la autocompasión.⁽⁴⁸⁾ La atención plena contribuyó para desarrollar la capacidad de distanciarse de situaciones estresantes, con el uso de pausas y reflexiones antes de continuar.⁽⁴⁹⁾ Las enfermeras que recibieron capacitación de *Mindfulness* notaron reducciones significativas en el Burnout y el estrés. En el área de Enfermería, esta técnica ha sido objeto de varias investigaciones debido a sus posibilidades para promover la salud mental de las enfermeras.⁽⁴²⁾ Además, un estudio señaló que el 70,6 % de los participantes reportó que habían cambiado su percepción y respuesta ante situaciones estresantes y el 80,4 % consideró que su relación con los pensamientos y estados emocionales habían cambiado para mejor.⁽²²⁾

Los estudios más citados señalaron algunas barreras para su desarrollo, tales como: tamaño de muestra pequeño;^(17,18,21,22,25,28,35) muestra autoseleccionada;^(17,18,22) la mayoría de los participantes eran del género femenino;^(22,30,33) falta de seguimiento de los efectos a lo largo del tiempo;^(22,28) reducción de la tasa de respuesta de cuestionarios;⁽²²⁾ baja tasa de retención;^(28,33) necesidad de verificar las generalizaciones,⁽³⁴⁾ entre otras.

Limitación de este estudio

Se señala que la búsqueda solo seleccionó artículos escritos en inglés, lo que puede haber reducido el alcance de las publicaciones en otros idiomas. Existe la necesidad de producir

conocimiento científico que tenga en cuenta las barreras para la implementación de la intervención, constituyéndose un vector para futuros estudios.

Conclusiones

El análisis de los trabajos más citados reveló estrategias psicoeducativas, psicosociales y de yoga para el autocuidado. Entre los temas de tendencia de investigación, el más destacado fue el término *Mindfulness*, lo que muestra un aumento en las investigaciones que aplicaron esta intervención para reducir el Burnout. El número de estudios producidos es incipiente. Sin embargo, con la inclusión del Burnout en la Clasificación Internacional de Enfermedades, se espera un aumento de las publicaciones y del interés de las organizaciones en implementar estrategias para promover la salud y el bienestar entre los profesionales.

Referencias bibliográficas

1. Chirico F. Is burnout a syndrome or an occupational disease? Instructions for occupational physicians. *Epidemiol Prev.* 2017;41(5-6):294-8. DOI: <https://doi.org/10.19191/EP17.5-6.P294.089>
2. Oliveira SM, Sousa, LVA, Gadelha MSV, Nascimento VB. Prevention actions of Burnout Syndrome in nurses: an integrating literature review. *Clin Pract Epidemiol Ment Health.* 2019;15:64-73. DOI: <https://doi.org/10.2174/1745017901915010064>
3. Adriaenssens J, De Gucht V, Maes S. Determinants and prevalence of burnout in emergency nurses: a systematic review of 25 years of research. *Int J Nurs Stud.* 2015;52(2):649-61. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2014.11.004>
4. Kowalczyk K, Krajewska-Kułak E, Sobolewski M. Working excessively and Burnout among nurses in the context of sick leaves. *Front Psychol.* 2020;11:1-8. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00285>
5. White EM, Aiken LH, Sloane DM, McHugh MD. Nursing home work environment, care quality, registered nurse burnout and job dissatisfaction. *Geriatr Nurs.* 2020;41(2):158-64. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.gerinurse.2019.08.007>

6. Galanis P, Vraka I, Fragkou D, Bilali A, Kaitelidou D. Nurses' burnout and associated risk factors during the COVID-19 pandemic: a systematic review and meta-analysis. *J Adv Nurs*. 2021;77(8):3286-302. DOI: <https://doi.org/10.1111/jan.14839>
7. Faria S, Queirós C, Borges E, Abreu M. Saúde mental dos enfermeiros: contributos do Burnout e Engagement no trabalho. *Rev Port Enferm Saúde Mental*. 2019;22:9-18. DOI: <https://doi.org/10.19131/rpesm.0258>
8. Maslach C, Schaufeli WB, Leiter MP. Job burnout. *Annu Rev Psychol*. 2001;52:397-422. DOI: <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
9. Rezaei S, Matin BK, Hajizadeh M, Soroush A, Nouri B. Prevalence of burnout among nurses in Iran: a systematic review and meta-analysis. *Int Nurs Rev*. 2018;65(3):361-9. DOI: <https://doi.org/10.1111/inr.12426>
10. Abraham CM, Zheng K, Norful AA, Ghaffari A, Liu J, Poghosyan L. Primary care nurse practitioner burnout and perceptions of quality of care. *Nurs Forum*. 2021;56(3):550-9. DOI: <https://doi.org/10.1111/nuf.12579>
11. Soósová MS. Association between nurses' burnout, hospital patient safety climate and quality of nursing care. *Cent Eur J Nurs Midw*. 2021;12(1):245-56. DOI: <https://doi.org/10.15452/cejnm.2020.11.0039>
12. World Health Organization. Mental health in the workplace; c2019-2022. WHO. 2019 [acceso 03/03/2022]. Disponible en: <https://www.who.int/news-room/commentaries/detail/mental-health-in-the-workplace>
13. World Health Organization. International Classification of Diseases 11th Revision. WHO; 2022 [acceso 03/03/2022]. Disponible en: <https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http://id.who.int/icd/entity/129180281>
14. Fusco F, Marsilio M, Guglielmetti C. Co-production in health policy and management: a comprehensive bibliometric review. *BMC Health Serv Res*. 2020;20(504):1-16. DOI <https://doi.org/10.1186/s12913-020-05241-2>
15. Sweileh WM. Research trends and scientific analysis of publications on burnout and compassion fatigue among healthcare providers. *J Occup Med Toxicol*. 2020;15(23):1-10. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12995-020-00274-z>
16. Latorraca COC, Pacheco RL, Martimbianco ALC, Riera R. O que as revisões sistemáticas Cochrane dizem sobre prevenção e tratamento da síndrome de burnout e

- estresse no trabalho. *Diagn Tratamento*. 2019 [acceso 17/03/2022];24(3):119-25. Disponible en: https://docs.bvsalud.org/biblioref/2019/12/1026704/rdt_v24n3_119-125.pdf
17. Payne N. Occupational stressors and coping as determinants of burnout in female hospice nurses. *J Adv Nurs*. 2001;33(3):396-405. DOI: <https://doi.org/10.1046/j.1365-2648.2001.01677.x>
18. Ben-Zur H, Michael K. Burnout, social support, and coping at work among social workers, psychologists, and nurses: the role of challenge/control appraisals. *Soc Work Health Care*. 2007;45(4):63-82. DOI: https://doi.org/10.1300/J010v45n04_04
19. Kravits K, McAllister-Black R, Grant M, Kirk C. Self-care strategies for nurses: a psycho-educational intervention for stress reduction and the prevention of burnout. *Appl Nurs Res*. 2010;23(3):130-8. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.apnr.2008.08.002>
20. Laschinger HKS, Borgogni L, Consiglio C, Read E. The effects of authentic leadership, six areas of worklife, and occupational coping self-efficacy on new graduate nurses' burnout and mental health: a cross-sectional study. *Int J Nurs Stud*. 2015;52(6):1080-9. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2015.03.002>
21. Ewers P, Bradshaw T, McGovern J, Ewers B. Does training in psychosocial interventions reduce burnout rates in forensic nurses? *J Adv Nurs*. 2002;37(5):470-6. DOI: <https://doi.org/10.1046/j.1365-2648.2002.02115.x>
22. Duarte J, Pinto-Gouveia J. Effectiveness of a mindfulness-based intervention on oncology nurses' burnout and compassion fatigue symptoms: a non-randomized study. *Int J Nurs Stud*. 2016;64:98-107. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2016.10.002>
23. Ceslowitz SB. Burnout and coping strategies among hospital staff nurses. *J Adv Nurs*. 1989;14(7):553-8. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.1989.tb01590.x>
24. Westermann C, Kozak A, Harling M, Nienhaus A. Burnout intervention studies for inpatient elderly care nursing staff: systematic literature review. *Int J Nurs Stud*. 2014;51(1):63-71. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2012.12.001>
25. Alexander GK, Rollins K, Walker D, Wong L, Pennings J. Yoga for self-care and Burnout prevention among nurses. *Workplace Health Saf*. 2015;63(10):462-70. DOI: <https://doi.org/10.1177/2165079915596102>
26. Simoni PS, Paterson JJ. Hardiness, coping, and burnout in the nursing workplace. *J Prof Nurs*. 1997;13(3):178-85. DOI: [https://doi.org/10.1016/s8755-7223\(97\)80069-5](https://doi.org/10.1016/s8755-7223(97)80069-5)

27. Chang Y, Chan HJ. Optimism and proactive coping in relation to burnout among nurses. *J Nurs Manag.* 2015;23(3):401-8. DOI: <https://doi.org/10.1111/jonm.12148>
28. Nowrouzi B, Lightfoot N, Larivière M, Carter L, Rukholm E, Schinke R, *et al.* Occupational stress management and burnout interventions in nursing and their implications for healthy work environments: a literature review. *Workplace Health Saf.* 2015;63(7):308-15. DOI: <https://doi.org/10.1177/2165079915576931>
29. Gueritault-Chalvin V, Kalichman SC, Demi A, Peterson JL. Work-related stress and occupational burnout in AIDS caregivers: test of a coping model with nurses providing AIDS care. *AIDS Care.* 2000;12(2):149-61. DOI: <https://doi.org/10.1080/09540120050001823>
30. McTiernan K, McDonald N. Occupational stressors, burnout and coping strategies between hospital and community psychiatric nurses in a Dublin region. *J Psychiatr Ment Health Nurs.* 2015;22(3):208-18. DOI: <https://doi.org/10.1111/jpm.12170>
31. Lee HF, Kuo CC, Chien TW, Wang YR. A meta-analysis of the effects of coping strategies on reducing nurse burnout. *Appl Nurs Res.* 2016;31:100-10. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.apnr.2016.01.001>
32. Henry BJ. Nursing burnout interventions: what is being done? *Clin J Oncol Nurs.* 2014;18(2):211-4. DOI: <https://doi.org/10.1188/14.CJON.211-214>
33. Günüşen NP, Ustün B. An RCT of coping and support groups to reduce burnout among nurses. *Int Nurs Rev.* 2010;57(4):485-92. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1466-7657.2010.00808.x>
34. Zhang Y, Wang C, Pan W, Zheng J, Gao J, Huang X, *et al.* Stress, burnout, and coping strategies of frontline nurses during the COVID-19 epidemic in Wuhan and Shanghai, China. *Front Psychiatry.* 2020;11:1-9. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.565520>
35. Andolhe R, Barbosa RL, Oliveira EM, Costa ALS, Padilha KG. Estresse, coping e burnout da Equipe de Enfermagem de Unidades de Terapia Intensiva: fatores associados. *Rev Esc Enferm USP.* 2015;49(Esp):58-64. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0080-62342015000070009>
36. Elliot TR, Shewchuk R, Hagglund K, Rybarczyk B, Harkins S. Occupational burnout, tolerance for stress, and coping among nurses in rehabilitation units. *Rehabil Psychol.* 1996;41(4):267-284. DOI: <https://doi.org/10.1037/0090-5550.41.4.267>

37. World Health Organization. WHO Director-General's Opening Remarks at the Media Briefing on COVID-19; c2020-2022. WHO. 2020 [acceso 08/03/2022]. Disponible en: <https://www.who.int/director-general/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020>
38. World Health Organization. Mental Health and Psychosocial Considerations during the COVID-19 Outbreak. WHO; 2022 [acceso 05/05/2022]. Disponible en: <https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/mental-health-considerations.pdf>
39. Lai J, Ma S, Wang Y, Cai Z, Hu J, Wei N, *et al.* Factors associated with mental health outcomes among health care workers exposed to Coronavirus Disease 2019. *JAMA Netw Open.* 2020;3(3):1-12. DOI: <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.3976>
40. Zhang S, Wang J, Xie F, Yin D, Shi Y, Zhang M, *et al.* A cross-sectional study of job burnout, psychological attachment, and the career calling of Chinese doctors. *BMC Health Serv Res.* 2020;20(193):1-11. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12913-020-4996-y>
41. Duarte I, Teixeira A, Castro L, Marina S, Ribeiro C, Jácome C, *et al.* Burnout among Portuguese healthcare workers during the COVID-19 pandemic. *BMC Public Health.* 2020;20(1885):1-10. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12889-020-09980-z>
42. Farre AGMC, Santana ITS, Santos MP, Barbosa YO, Rocha HMN. Efeitos de práticas e programas de meditação com profissionais da enfermagem: uma revisão integrativa. São Paulo: *Rev Recien.* 2021 [acceso 20/03/2022];11(36):551-63. Disponible en: <https://www.recien.com.br/index.php/Recien/article/view/539>
43. Kelly LA, Weston MJ, Gee PM. A Nurse Leader's guide to reducing Burnout: strategies to improve well-being. *Nurse Lead.* 2021;19(5):467-73. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.mnl.2021.03.012>
44. Han S, Shanafelt TD, Sinsky CA, Awad KM, Dyrbye LN, Fiscus LC, *et al.* Estimating the attributable cost of Physician Burnout in the United States. *Ann Intern Med.* 2019;170(11):784-90. DOI: <https://doi.org/10.7326/M18-1422>
45. Sabety AH, Jena AB, Barnett ML. Changes in health care use and outcomes after turnover in primary care. *JAMA Intern Med.* 2021;181(2):186-94. DOI: <https://doi.org/10.1001/jamainternmed.2020.6288>
46. Pisavadia M. The King's Fund. It's the year of the nurse, but will 2020 see nursing student numbers recover?; c2020-2022 [acceso 08/03/2022]. Disponible en:

<https://www.kingsfund.org.uk/blog/2020/02/will-2020-see-nursing-student-numbers-recover>

47. West M, Bailey S, Williams E. The King's Fund. The courage of compassion: supporting nurses and midwives to deliver high-quality care; c2020-2022 [acceso 08/03/2022].

Disponible en: https://www.kingsfund.org.uk/sites/default/files/2020-09/The%20courage%20of%20compassion%20summary_web_0.pdf

48. Green AA, Kinchen EV. The effects of Mindfulness Meditation on Stress and Burnout in nurses. J Holist Nurs. 2021;39(4):356-68. DOI:

<https://doi.org/10.1177/08980101211015818>

49. Wampole DM, Bressi S. Exploring a social work lead mindfulness-based intervention to address burnout among inpatient psychiatric nurses: a pilot study. Soc Work Health Care. 2020;59(8):615-30. DOI:

<https://doi.org/10.1080/00981389.2020.1827123>

Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener conflicto de intereses.